

城事

将人生阅历化为助人智慧的热忱 广州2.3万银龄志愿者 重新定义“老有所为”

如何安度晚年?广州2.3万名银龄志愿者用行动给出了回答:将人生阅历化为助人智慧的热忱,用志愿服务重新定义“老有所为”。在这个重阳节,让我们聆听这群长者用志愿服务点亮晚年生活的故事。

■采写:新快报记者 麦婉诗 毛毛雨 ■图片:受访者供图



■谢滨涛在长者心声热线拨打热线电话。

涛姐在长者心声热线的时光

长者心声热线是国内首条专为长者提供心理支持的热线电话。在专业社工的带领下,银龄志愿者每日轮流坐席,采用“主动拨出+动态接听”的模式,电话慰问广州市内60岁以上的困难长者。20年来,曾有超过百名银龄志愿者加入其中,他们与社区困境长者建立了深厚的互信关系,也与热线紧密相连。

现年57岁的谢滨涛,被大家亲切地称作“涛姐”,她与长者心声热线结缘已有七年时光。故事要从2012年说起,一次在中山图书馆听讲座的间隙,她偶然看到志愿者招募的信息,没多想便报了名。2018年,受一位社工启发,涛姐来到广州市志愿者协会面试,当天正好是高考首日,涛姐儿子也要参加高考。她笑着对面试官说:“希望我和儿子都能取得好成绩。”

八年过后,涛姐渐渐成长为热线的中坚

力量。每周二的下午,她总会准时出现在热线坐席旁,耐心接听电话。

通过热线,涛姐认识了丁姨。丁姨30岁时因车祸高位截瘫,胸部以下失去知觉,但她从未向命运低头,孩子们成家立业后,家中就剩下丁姨和丈夫相伴,涛姐每周值班时都会给丁姨打去问候电话,偶尔也会上门探望。丁姨住在老小区,可她家的阳台是整栋楼里最美的风景——三角梅开得热烈,各色花卉藤蔓缠绕。虽然行动不便,丁姨依然亲手做衣服,把日子过得活色生香。涛姐被丁姨的经历深深触动:行动不便遭遇困顿,只要有一颗热爱生活的心依旧能迸发耀眼的光芒。

从2012年8月至今,涛姐的累计志愿服务时长已超过5000小时。热线上有服务了十几年、二十多年的志愿者,所以她总是谦虚地笑笑:“和她们比起来,我不算特别突出,但对自己,也算是一份温暖的交代。”

■刘振瑶师傅在维修线路。

刘师傅宝刀不老继续“修”行

刘振瑶师傅是2018年退休的。刚退下来那会儿,突然闲了,日子变得有点空落落的。他不爱打牌下棋,也不喜欢旅游,头一年几乎都在琢磨:退休生活到底该怎么过?

直到有一天,刘师傅看到了“广州公益时间银行”的介绍——一个专门管理志愿服务的平台,便立即注册成了志愿者。一开始也不知道自己能做什么,试着做过垃圾分类宣传,又试着到广州粤晖家电维修队做家电维修志愿者。没想到,这一试,就找到了感觉。

刘师傅年轻时学过电子技术,虽然没干这行,但底子还在。一接触到电器维修,那股熟悉劲儿就回来了,他一做就是五六年。现在,他每个月固定服务六个下午,跟着团队在全市各个社区巡回服务,主要和中心城区的三十多个社工站合作。每次团队要开展义修就会提前通知街坊,大家就会把需要

修的电器送过来。来维修电器的大多是老人家,有些电器充满了岁月的痕迹,他们总觉得电器“修修还能用”。

这几年,让刘师傅难忘的温暖瞬间有不少。有一年,正赶上隆冬,团队去老干大学义修,服务点设在一楼架空层,寒风夹着细雨,直往人衣服里钻。一位七十多岁的老太太看见师傅们冻得搓手,急忙找到物业,搬来一扇大屏风,帮师傅们挡住了寒风。

为了做好维修,刘师傅把家里的电器拆了装、装了拆,重新捡起生疏多年的手艺。现在,每个月要是没出去服务,他反而觉得不自在。“动动手,生活更有活力,人也充实。退休了还能对社会有点用,心里踏实。”

刘振瑶师傅今年67岁了,志愿服务队里还有好几位快八十岁的老师傅,依然实力在线。他说,只要身体情况允许,就向他们看齐。



■刘振瑶师傅在维修家用电器。

广州银龄志愿者 超2.3万名

2024年底,广州市60岁及以上户籍老年人口212.92万人,占户籍总人口的19.81%。面对广州市老龄化程度持续加深,老年群体在生活照料、健康管理、数字融入等方面的需求日益突出。

新快报记者从广州市志愿者协会了解到,截至2024年底,银龄志愿者(60岁以上志愿者)人数为23237人,服务时数为257411.8小时,最高志愿服务时数的银龄志愿者,服务时数达8228.5小时。



■王玉娥(右)参与社区志愿服务。

王姨用行动诠释“帮人是一辈子的事”

今年已经70岁的王玉娥,志愿服务生涯超过十三年。自2012年正式注册成为一名志愿者以来,她从志愿驿站的管理员做起,后来回到户籍所在地广州市黄埔区,并于2015年组建广州市黄埔区小黄花志愿服务队,2019年服务队发展成为志愿者协会,将助人的事业越做越大。

对王玉娥而言,做志愿者是“服务社会,能帮到需要的人”,这是她从小就想做的事。读初二时,她便救起了摔在化粪池的女同学。

1999年5月,王姨开始用退休金出资帮助广州市黄埔区大沙街的孤儿小方(化名),不仅帮其打理家务,还一直资助她直到学业完成参加工作。如今二人仍保持着亲如母女的关系。此后

的14年里,王姨不仅个人出资,还组织集体筹集助学金,帮助清远佛冈县石角镇黄花村的孤儿小婷(化名)以及清远英德市黄花镇平星村的孤儿小梅(化名),全力支持她们完成中学和大学学业。在广东的信宜、梅州、肇庆、清远等地,王姨前后帮助过100多名特困学子,受过她帮助的孩子都视她为“妈妈”。创立志愿者协会后,她坚持助人几十年,其中连续14年亲赴清远市佛冈县石角镇黄花村开展助学帮扶公益活动。截至目前,她已经累计捐助个人现金达13万元。她的善行也深深影响了他人,一些曾被她帮助过的孤儿长大成人后,也主动加入回馈社会的行列。

如今,王姨将服务重点放在社区和

黄埔港的外来务工人员身上。她积极参与社区创文、社区卫生整治、垃圾分类、长者探访、关爱特殊困难家庭等工作。在节假日里,她会组织志愿者团队慰问环卫工人、一线工人、安保人员等,不仅送衣送药到宿舍,还定期为他们煲汤、送餐。小黄花志愿者协会已开展活动639场次,服务对象达1.5万人。

尽管年事已高,王姨依然充满干劲。她认为老年人“还有气有力,不要把晚年的时间浪费了”,应尽己所能帮助社会。她用实际行动诠释了“老有所为”的真谛——志愿服务不仅是帮助他人,更是一份让晚年生活充实、快乐、充满价值感的事。她坚信,帮助别人是“一辈子的事”,只要身体允许,她会一直做下去。